

# АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ФУТБОЛИСТОВ ВГМУ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ АМПЛУА

*Потоцкий П.С., Сазоник В.В., Стахнёв К.И., Сороко С.Л., Сороко Э.Л.*

УО «Витебский государственный медицинский университет»

**Актуальность.** В настоящее время для достижения более высоких результатов в игровой и соревновательной деятельности необходимо постоянно совершенствовать систему подготовки команды, как в целом, так и отдельных её звеньев, а также игроков различного амплуа в отдельности. В связи с этим появилась необходимость эффективных и разнообразных методов для достижения повышения уровня физической и технической подготовки студентов-футболистов ВГМУ.

**Цель исследования.** Сравнить физическую и техническую подготовленность в зависимости от их амплуа.

**Материал и методы.** Для решения задач эксперимента выбраны следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогическое наблюдение; метод контрольных испытаний; математико-статистическая обработка данных. Для решения поставленных задач было организован специальный эксперимент, который проводился со студентами ВГМУ занимающихся в секции по мини-футболу с сентября по ноябрь 2019 г.

В эксперименте участвовало 10 человек юношей в возрасте от 18 до 23 лет, из них 5 защитников и 5 нападающих.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Проведенный на первом этапе эксперимента анализ научно-методических материалов по подготовке игроков различного амплуа в спортивных играх позволил заключить, что, во-первых, в мини-футболе особое внимание должно уделяться индивидуализации тренировочных нагрузок для полевых игроков во-вторых, среди специалистов существует большое множество мнений по вопросу о ведущих факторах технико-тактического мастерства игроков различного амплуа в мини-футболе; в-третьих, исследований, связанных с разработкой структуры спортивной подготовки игроков различного амплуа в мини-футболе, основанной на контроле индивидуальных показателей физической и технико-тактической подготовленности, в настоящее время выполнено не в полной мере. На следующем моменте эксперимента для выявления уровня подготовленности футболистов различного амплуа нами было проведено контрольное тестирование (табл.1).

Амплуа игрока	Ф.И.	Бег с места, (сек)			Бег 30 м (сек)	Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег (сек)		Ведение мяча, обводка, а стоек, и удар (сек)	Жонглирование мячом в движении и (метры)
		6 м	15 м	40 м			3x10 (м)	4x9 (м)		
защитник	Кушнеров. Н	1,71	2,54	5,68	4,28	245	6,17	8,65	7,24	52
защитник	Яковлев. А	1,62	2,64	5,91	4,48	252	7,28	8,72	7,18	55
защитник	Пасевич. А	1,43	2,74	5,84	4,53	248	7,34	8,70	6,58	54
защитник	Ермолович. Е	1,84	2,82	5,83	4,34	240	7,28	8,47	7,53	50
защитник	Аксёнов. В	1,65	2,68	5,84	4,81	238	7,44	8,33	7,83	52
нападающий	Трофимук.	1,5	2,7	5,8	4,58	228	7,19	8,54	7,59	51

	П	2	6	3						
нападающий	Ждан.К	1,8 1	2,8 0	5,8 6	4,38	237	6,58	8,63	8.00	55
нападающий	Хуссейн Махамад	1,6 3	2,6 1	5,9 6	4,68	220	7,49	8,74	7,64	57
нападающий	Богнат Илья	1,8 1	2,7 8	5,8 1	4,91	262	7,83	8,74	8,11	59

По полученным результатам мы видим, что уровень развития специальных физических качеств у студентов-футболистов находятся на приемлемом для данной квалификации игроков уровне. По всем беговым тестам стандартное отклонение не значительное, что свидетельствует о статистически одинаковом уровне данных показателей. Однако, в технических тестах (ведение с обводкой, жонглирование) стандартное отклонение достигает 18–43 %, что говорит о достаточно существенных различиях в технической подготовке игроков. Выделив группы игровых амплуа и определив средние значения, мы выявили следующие различия в технической и физической подготовленности игроков

Таблица 2

Амплуа игрока	п	Бег с места (сек) метры			Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег (сек)		Ведение мяча, об Водка стоек, и Удар по воротам (сек)	Жонгли рование Мячом (кол- во раз,30 сек)
		6	15	40		3x10	4x9		
Нападающие	5	1,54	2,48	5,51	252,50	6,27	9,00	6,65	43
Защитники	5	1,73	2,51	5,58	248,30	5.51	8.80	7,11	38

В целом, уровень специальной быстроты, координации и прыгучести защитников отстает от показателей нападающих, что является противоречием. Обращает на себя внимание и тот факт, что отставание защитников в показателе бега на короткие дистанции, также важен в игре для защитника. Показатели времени бега на дистанциях 6 м, 15 м и 40 м отличаются в пользу нападающих. Хотя защитники не отстают в показателях бега на 6 м и 30 м. Стоит также отметить превосходство нападающих в показателях в прыжке в длину с места. Однако, несмотря на преимущество нападающих в тестах на быстроту, в тестах на координацию и специальную быстроту (челночный бег) защитники опережают своих партнеров. Возможно, это обусловлено спецификой ведения борьбы на поле и особенностью защитных действий. С другой стороны, защитники объективно уступают нападающим и игрокам средней линии в показателях по технической подготовленности (обводке и жонглировании).

#### Выводы.

В современном футболе важным остается вопрос изучения различных сторон подготовленности игроков разного амплуа, разработки и уточнения модельных характеристик игроков защиты, и нападения. Результаты проведенного исследования показывают, что уровень развития быстроты и взрывной силы игроков защиты значительно ниже показателей нападающих. При этом показатели у этих категорий игроков по беговым тестам почти не отличаются и совпадают (бег 6 м, бег 30) Однако, они значимо уступают нападающим в технических тестах. Полученные данные позволяют выработать модельные характеристики игроков различного амплуа футбольной команды

ВГМУ, а также скорректировать учебно-тренировочный процесс с учетом отстающих показателей подготовленности игроков.

#### **Литература:**

1. Андреев, С. Н. Играй в мини-футбол / С. Н. Андреев. – М. : Сов. спорт, 1989. – 47 с.
2. Андреев, С.Н. Мини-футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М. : Сов. спорт, 2006. – 224 с.
3. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. – М. : ФиС, 1998. – 331 с.
4. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 2003, с. 26-83.
5. Гогонов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.Н. Гогонов, Б.И. Марьянов. – М. : Издат. центр "Академия", 2000. – 288 с.
6. Годик, М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик. – М. : ФиС, 2001. – 136 с.

**УДК 796.015:61-057.87**

### **ПРИМЕНЕНИЕ МЕДБОЛОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ**

***Романов И.В., Аксентов А.Г., Харкевич М.В., Столбицкий В.В., Большаков Л.В.***

***УО «Витебский государственный медицинский университет»***

**Введение.** В учреждениях высшего образования (УВО) медицинского профиля физическая культура является самостоятельной дисциплиной, обеспечивающей не только сохранение и улучшение здоровья студентов, а также успешное решение задач по формированию общей и профессиональной культуры современного высококвалифицированного специалиста-медика [1]. Для повышения мотивации к занятиям по физической культуре, а также для поднятия уровня физической подготовленности целесообразно использовать разносторонние средства. В нашей статье мы рассмотрим использование медбола в системе физической подготовки студентов-медиков [2].

**Цель исследования.** Определить эффективность использования медболов на занятиях по легкой атлетики у студентов-медиков основного отделения.

**Материал и методы.** В педагогическом эксперименте принимали участие 30 студентов-девушек основного медицинского отделения УО «ВГМУ» 1 курса фармацевтического факультета. Возраст испытуемых составил от 17 до 19 лет [2].

В нашей работе были использованы следующие методы исследования: анализ специальной научно-методической литературы, математико-статистический анализ, контрольное тестирование, педагогический эксперимент.

**Результаты и обсуждение.** В качестве оценки уровня скоростно-силовой подготовленности у 36 студентов-девушек фармацевтического факультета были взяты результаты контрольного тестирования, предусмотренные типовой учебной программой «Физическая культура» № ТД-СГ.014/тип.: бег на 30 и прыжок в длину с места. На основании полученных данных были сформулированы экспериментально-педагогические предпосылки и разработан комплекс физических упражнений с медболом (табл.1) для развития скоростно-силовых качеств у студентов-девушек.